

AUTOAGRESJA DZIECI I MŁODZIEŻY W WIEKU SZKOLNYM

Autoagresja to celowe i dobrowolne działania mające na celu wyrządzenie sobie krzywdy fizycznej. Jest to zaburzenie instynktu samozachowawczego, który wyraża się tendencją do samouszkodzeń czy samookaleczeń, zagrażających zdrowiu i życiu.

POWODY SAMOOKALECZEŃ WŚRÓD DZIECI I MŁODZIEŻY

Samookaleczenie to zamierzone uszkodzenie ciała. Może mieć formę powierzchownych lub głębokich ran ciętych, przypalania, wbijania ostrych przedmiotów. Głównym motywem wśród nastolatków jest rozładowanie NIEPRZYJEMNYCH emocji i chęć zwrócenia na siebie uwagi.

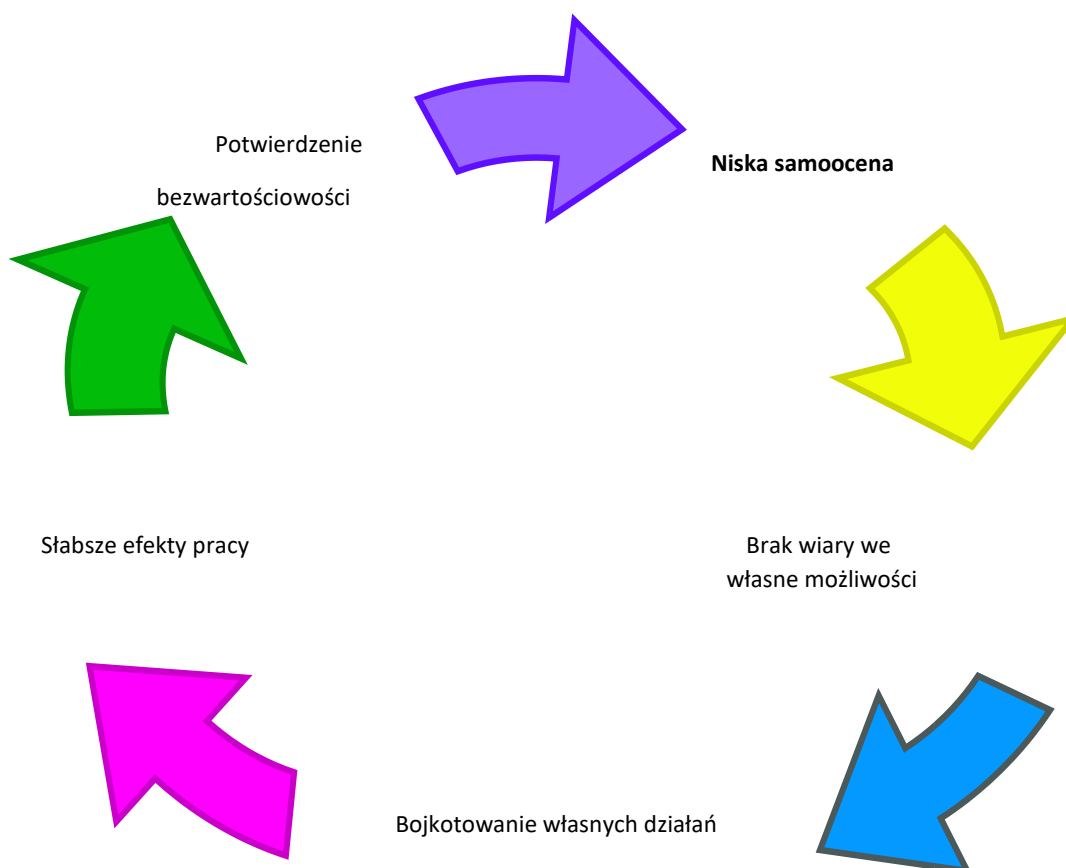
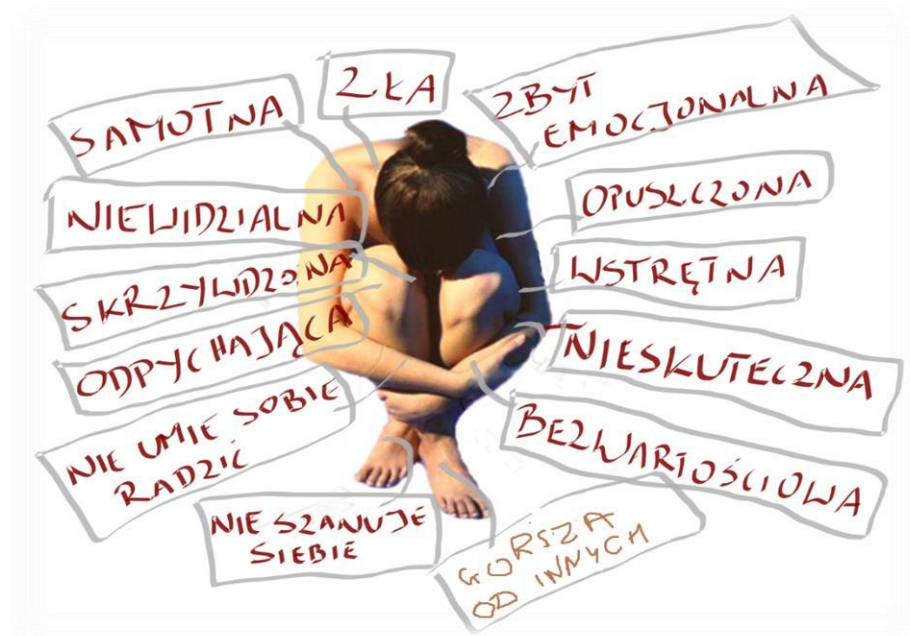
Powody samookaleczeń są bardzo różne i nie można zdefiniować konkretnej przyczyny zadawania sobie bólu oraz czynienia krzywdy. Większość przypadków kończy się na jednym bądź kilku zachowaniach okaleczających. U niektórych osób okaleczanie się staje się codziennością, bez której nie wyobrażają sobie dnia.

Nastolatki nie radzą sobie z presją i własnymi problemami, mają trudności w podejmowaniu ważnych dla nich decyzji, nie potrafią rozwiązywać konfliktów, pogodzić się z porażką, odrzuceniem, mają trudności w przeżywaniu emocji. To także nieumiejętność radzenia sobie z problemami domowymi (np. rozwód, alkoholizm, kłótnie członków rodziny...), które nie rzadko przenoszą się na teren szkoły i powodują problemy wychowawcze i dydaktyczne.

Najczęściej spotykanym sposobem okaleczeń jest nacinanie skóry, głównie w obszarze przedramienia i ramienia, rzadziej nóg (choć to miejsce też jest okaleczane), przy użyciu ostrych narzędzi: żyletka, szkło, nóż, ostrze z temperówki.

Młodzież okalecza się, aby:

- ✓ znieść stres,
- ✓ zapomnieć o problemach, kłopotach domowych i szkolnych,
- ✓ kompleksach,
- ✓ rozładować napięcie emocjonalne i uzyskać poprawę swojego samopoczucia, ☹ rodzice, nauczyciele zwrócili na niego uwagę, że potrzebuje pomocy.



Samookaleczenia wśród nastolatków w Polsce to ogromny problem społeczny. Badania z 2021 roku przeprowadzone przez Fundację Dajemy Dzieciom Siłę wykazały, że **co szósty polski nastolatek w wieku 11-17 lat (16%) okaleczał się**. Mimo upływu czterech lat, od tamtej pory problem nie został rozwiązany.

Samouszkodzenia są niestety ciągle obecne w życiu dorastającej młodzieży i ich nasilenie nie spada. Jak im przeciwdziałać? Przede wszystkim ważne jest, by zapewnić nastolatkom bezpieczeństwo zarówno emocjonalne, jak i fizyczne.

SKALA PROBLEMU I SYGNAŁY OSTRZEGAWCZE

Samouszkodzenia

- Blizny, zadrapania, skaleczenia, siniaki

Skala problemu

- Samouszkodzenia
- Ślady krwi na ubraniu

umiarkowane obecne są u ok. 23% uczniów w wieku 13-19 lat

- Wiek inicjacji przypada zazwyczaj na 12–14/18 lat
- Noszenie przy sobie ostrych narzędzi
- Dziewczęta dokonują samouszkodzeń 2-3 razy częściej niż chłopcy

Sygnały ostrzegawcze

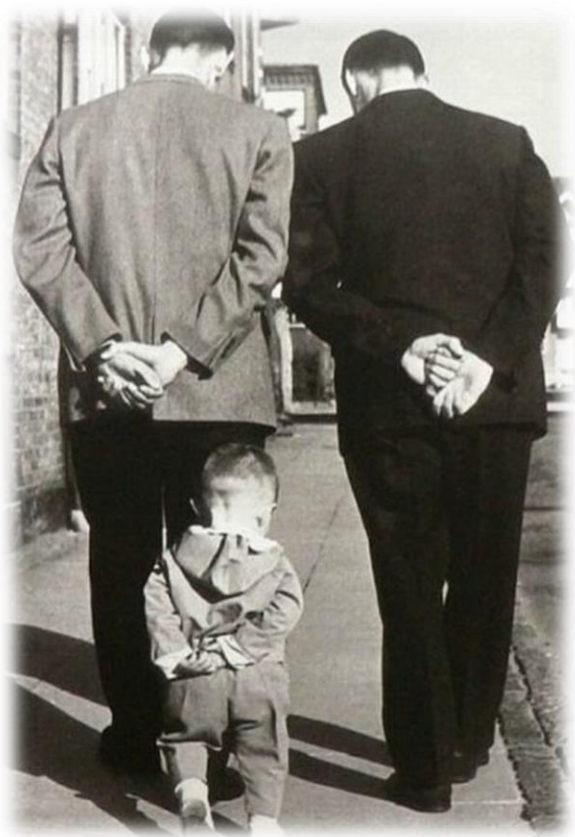
o niewiadomym pochodzeniu

- Liczne, częste opatrunki
- Noszenie ubrań z długimi rękawami, nogawkami
- Unikanie aktywności, podczas których rok życia mogą zostać odsłonięte rany, blizny
- Spędzanie długiego czasu w odosobnionych miejscach
- Komunikaty na portalach społecznościowych, wpisy na blogach, zdjęcia, SMS-y

JAK TEMU ZAPOBIEC? - PROFILAKTYKA

Aby nasza młodzież nie kierowała zachowań agresywnych w stosunku do własnej osoby należy w domu i w szkole:

- ✓ budować atmosferę zaufania,
- ✓ poczucia bezpieczeństwa,
- ✓ swobodnej komunikacji między rodzicami a dziećmi,
- ✓ uczyć dzieci i młodzież radzenia sobie z własnymi problemami w sposób konstruktywny,
- ✓ uczyć postawy empatii (współodczuwania),
- ✓ być dla dziecka wzorem, autorytetem i wsparciem.



Dzieci uczą się na podstawie tego, co robimy, a nie tego, co mówimy...

Zatem... trzeba być dobrym modelem...

Nawet najbardziej zbuntowany nastolatek czy nastolatka oczekuje od Państwa – Rodziców zainteresowania, rozmowy, przytulenia. Trzeba pamiętać, że samookaleczenie jest dla niego doraźną metodą radzenia sobie z problemami...

Referat przygotowała: Aneta Modzelewska- psycholog